

**STRES DALAM KALANGAN GURU KEMAHIRAN HIDUP BERSEPADU  
(KHB) SEKOLAH MENENGAH DI NEGERI JOHOR**

**AZILA BINTI DASON**

**UNIVERSITI TEKNOLOGI MALAYSIA**

STRES DALAM KALANGAN GURU KEMAHIRAN HIDUP  
BERSEPADU (KHB) SEKOLAH MENENGAH DI NEGERI JOHOR

AZILA BINTI DASON

Laporan projek ini dikemukakan  
sebagai memenuhi sebahagian daripada syarat  
penganugerahan ijazah Sarjana Pendidikan (Teknik dan Vokasional)

Fakulti Pendidikan  
Universiti Teknologi Malaysia

JULAI, 2012

## **DEDIKASI**

*Sarjana Pendidikan (Teknik dan Vokasional) ini ditujukan khas buat  
insan-insan yang paling istimewa dalam hidupku;*

*Suamiku, Ahmad Shahir Bin Jantan,*

*Bondaku, Zainap Binti Ismail,*

*Anakanda Puteriku, Ainnur Anis Darisha & Ainnurin Irdina,*

*Anakanda Puteraku, Ahmad Daris Irdin,*

*Adindaku, Rohida Binti Dason*

*Ayahanda dan Bonda Mertuaku, Jantan Bin Mahat & Maznah Binti Dahlan  
serta seisi keluarga yang dikasihi...*

*Sebagai penghargaan diatas segala pengorbanan selama ini  
dan semoga menjadi pencetus ilham dan inspirasi buat kalian semua...*

## **PENGHARGAAN**

ALHAMDULILIAH, setinggi-tinggi kesyukuran dipanjatkan kehadiran Allah S.W.T. atas hidayah dan rahmat-Nya sehingga kajian ilmiah bagi memenuhi sebahagian daripada syarat untuk memperolehi Sarjana Pendidikan (Teknik dan Vokasional) ini dapat diselesaikan seperti yang dirancang,

Saya mengucapkan jutaan terima kasih kepada **Cik Sarimah Binti Ismail** selaku penyelia utama kerana telah memberi nasihat, dorongan dan tunjuk ajar yang berharga dalam proses menyiapkan tesis ini.

Ribuan terima kasih juga ditujukan Pengarah Bahagian Perancangan dan Penyelidikan Kementerian Pendidikan, Pengarah Pendidikan Negeri Johor, Pengetua-pengetua sekolah menengah yang memberikan kebenaran untuk menjalankan kajian ini dan guru-guru mata pelajaran Kemahiran Hidup Bersepadu (KHB) yang telah memberikan kerjasama yang baik semasa mengisi borang soal selidik.

Akhir sekali penghargaan ditujukan kepada rakan-rakan guru yang memberikan sokongan dan dorongan dalam menyiapkan penyelidikan ini.

Sekian, terima kasih.

Ikhlas;

Azila Binti Dason

Sarjana Pendidikan (Teknik dan Vokasional)

## ABSTRAK

Stres kerja adalah satu fenomena yang sering mempengaruhi guru. Dapatan tinjauan awal secara kualitatif menunjukkan guru-guru KHB sekolah menengah di negeri Johor mengalami stres dipengaruhi oleh faktor beban tugas, kekangan masa, kekangan sumber, hubungan interpersonal dan penghargaan. Kajian ini bertujuan untuk mengenalpasti faktor-faktor dan tahap stres. Pembolehubah dikaji adalah faktor beban tugas, kekangan masa, kekangan sumber, hubungan interpersonal dan penghargaan dalam kalangan 196 orang guru KHB sekolah menengah kategori bandar di 10 daerah dalam negeri Johor dipilih secara persampelan rawak kelompok. Instrumen kajian yang digunakan ialah borang soal selidik, sementara item-item yang dibina adalah berdasarkan ubahsuai instrumen *Teacher Stress Inventory* yang dibangunkan oleh Boyle, Borg, Falzon dan Baglioni (1995) dan telah diubahsuai oleh Teo (2006). Kajian rintis telah dijalankan keatas 20 orang guru KHB dari dua buah sekolah menengah kategori bandar di daerah Pasir Gudang, Johor. Nilai kebolehpercayaan instrumen kajian yang digunakan dalam kajian ini ialah 0.905. Analisis data dilakukan secara deskriptif menggunakan statistik min, frekuensi dan peratus serta inferensi (Ujian Korelasi Pearson, Ujian-t dan Ujian ANOVA). Dapatan kajian menunjukkan purata tahap stres dalam kalangan guru KHB sekolah menengah negeri Johor berada pada tahap yang sederhana dengan purata min = 3.17. Faktor kekangan masa (min = 3.37) dan faktor kekangan sumber (min = 3.31) dikenalpasti sebagai faktor utama stres dalam kalangan guru KHB. Ini diikuti oleh faktor hubungan interpersonal (min = 3.18), faktor beban tugas (min = 3.07) dan faktor penghargaan (min = 3.07). Dapatan kajian menunjukkan terdapat perbezaan yang signifikan mengikut jantina tetapi tiada perbezaan yang signifikan mengikut status perkahwinan dan stres berhubung secara signifikan dengan umur dan pengalaman mengajar. Kajian ini mencadangkan peruntukan supaya empat masa bagi mengajar mata pelajaran KHB dikekalkan, wujudkan jawatan pembantu bengkel dan program peningkatan motivasi perlu dilaksanakan untuk menangani stres.

## ABSTRACT

Work stress is one phenomenal that always influences teachers. The qualitative survey which had been conducted showed that the KHB teachers from secondary schools in Johor experienced stress influenced by workload, time constraints, resources constraints, interpersonal relationship and appreciation. This study is carried to identify the factors and level of stress faced by teachers. The variables that had been studied are based on the factor of workload, time constraints, resources constraints, interpersonal relationship and appreciation among 196 secondary KHB teachers. The subjects carried are the secondary school KHB teachers from 10 districts in Johor. They have been selected by cluster random sampling. The instruments used to conduct the study are questionnaire, while the rest of the items that had been constructed based on the instrument modification *Teacher Stress Inventory* constructed by Boyle, Borg, Falzon and Baglioni (1995) and afterwards it has been modified by Teo (2006). A pilot study has been conducted on 20 KHB teachers from two secondary schools city category in Pasir Gudang, Johor. The reliability value from the instrument of the study is 0.905. The analyses of the data are descriptively conducted by using the statistic of mean, frequency, percentage as well as the inferences (Pearson Correlation Test, T-Test, and ANOVA Test). The result of the study showed the average level of stress among KHB teachers from the secondary schools in Johor is at the moderate level with average mean=3.17. The factor of time constraint (mean=3.37) and resources constraints (mean=3.31) were identified as the main factors of stress among the KHB teachers. These are followed by interpersonal relationship factor (mean=3.18), factor of appreciation (mean=3.07) and workload factor (mean=3.07). The findings showed that there were differences based on gender but no significant difference based on marital status and significant stress co-related with age and teaching experience. This study suggests us to allocate four periods to teach KHB to be maintained, create a workshop assistant and programs to increase motivation should be implemented to handle stress.

## KANDUNGAN

<b>BAB</b>	<b>PERKARA</b>	<b>MUKA SURAT</b>
	BORANG PENGESAHAN STATUS TESIS	i
	PENGESAHAN PENYELIA	ii
	HALAMAN JUDUL	iii
	HALAMAN PENGAKUAN PELAJAR	iv
	DEDIKASI	v
	PENGHARGAAN	vi
	ABSTRAK	vii
	ABSTRACT	viii
	KANDUNGAN	ix
	SENARAI JADUAL	xvi
	SENARAI RAJAH	xix
	SENARAI SIMBOL	xx
	SENARAI LAMPIRAN	xxi
<b>I</b>	<b>PENDAHULUAN</b>	<b>1</b>
	1.1 Pengenalan	1
	1.2 Latar Belakang Masalah	7
	1.3 Penyataan Masalah	14
	1.4 Objektif Kajian	14

1.5	Persoalan Kajian	15
1.6	Hipotesis Kajian	16
1.7	Kepentingan Kajian	17
1.7.1	Guru-guru KHB	17
1.7.2	Pentadbiran Sekolah	18
1.7.3	JPN / KPM	18
1.8	Skop Kajian	19
1.9	Batasan Kajian	20
1.10	Definisi Operasional	20
1.10.1	Stres Kerja	20
1.10.2	Guru Kemahiran Hidup Bersepadu (KHB)	20
1.10.3	Faktor-faktor Stres Kerja Guru	21
1.11	Kerangka Konsep Kajian	23
1.12	Kesimpulan	24

## **II KAJIAN LITERATUR 25**

2.1	Pengenalan	25
2.2	Konsep Stres	25
2.3	Model Stres	28
2.3.1	Model Respon	28
2.3.2	Model Punca dan Kesan Stres	30
2.4	Stres Kerja	32
2.4.1	Tugas Pengurusan	33
2.4.2	Peranan Pekerja	33
2.4.3	Struktur Organisasi	34



2.4.4	Prospek Kerjaya	34
2.4.5	Hubungan Interpersonal	34
2.4.6	Masalah Peribadi	35
2.5	Model Stres Kerja Guru	37
2.6	Faktor-faktor Mempengaruhi Stres Guru	42
2.6.1	Pengaruh Beban Tugas Keatas Stres Guru.	43
2.6.2	Pengaruh Kekangan Masa Keatas Stres Guru.	46
2.6.3	Pengaruh Kekangan Sumber Keatas Stres Guru	47
2.6.4	Pengaruh Hubungan Interpersonal Keatas Stres Guru	48
2.6.5	Pengaruh Penghargaan Keatas Stres Guru	49
2.7	Tahap Stres Guru	50
2.8	Kesimpulan	53

### **III      METODOLOGI** 55

3.1	Pengenalan	55
3.2	Rekabentuk Kajian	56
3.3	Populasi Dan Persampelan Kajian	57
3.4	Lokasi Kajian	60
3.5	Instrumen Kajian	60
3.6	Kesahan Dan Kebolehpercayaan Instrumen Kajian	62

3.7	Kajian Rintis	63
3.8	Proses Menjalankan Kajian	64
3.9	Penganalisan Data Kajian	67
3.9.1	Analisis Data Secara Deskriptif (kekerapan, peratusan, min dan sisihan piawai)	67
	i. Nilai min dan purata min	67
	ii. Ujian-t	68
	iii. Analisis Varian Satu Hala (ANOVA)	68
	iv. Ujian Korelasi Pearson	69
3.10	Kesimpulan	70

#### **IV ANALISIS DATA** 71

4.1	Pengenalan	71
4.2	Analisis Latar Belakang Responden	72
4.3	Analisis Data Mengikut Persoalan Kajian	77
4.3.1	Persoalan Kajian 1 : Adakah beban tugas mempengaruhi stres dalam kalangan guru KHB sekolah menengah di negeri Johor?	77
4.3.2	Persoalan Kajian 2 : Adakah kekangan masa mempengaruhi stres dalam kalangan guru KHB sekolah menengah di negeri Johor?	80
4.3.3	Persoalan Kajian 3 : Adakah kekangan sumber mempengaruhi stres dalam kalangan guru KHB sekolah menengah	

	di negeri Johor?	82
4.3.4	Persoalan Kajian 4 : Adakah hubungan interpersonal mempengaruhi stres dalam kalangan guru KHB sekolah menengah di negeri Johor?	84
4.3.5	Persoalan Kajian 5 : Adakah penghargaan mempengaruhi stres dalam kalangan guru KHB sekolah menengah di negeri Johor?	86
4.3.6	Persoalan Kajian 6 : Apakah tahap stres dalam kalangan guru KHB sekolah menengah di negeri Johor	88
4.4	Analisis Data Mengikut Hipotesis Kajian	89
1.7.2	Persoalan Kajian 7 : Adakah terdapat perbezaan yang signifikan antara tahap stres dalam kalangan guru KHB sekolah menengah di negeri Johor dengan faktor demografi seperti jantina dan status perkahwinan?	90
1.7.3	Persoalan Kajian 8 : Adakah terdapat hubungan yang signifikan antara tahap stres dalam kalangan guru KHB sekolah menengah di negeri Johor dengan faktor demografi seperti umur dan pengalaman mengajar?	91
4.5	Ringkasan Keseluruhan Dapatan Kajian	93

<b>V</b>	<b>PERBINCANGAN, RUMUSAN DAN CADANGAN</b>	<b>96</b>
5.1	Pengenalan	96
5.2	Perbincangan Hasil Kajian : Latar Belakang Responden	96
5.3	Perbincangan Bahagian B : Mengikut Pembolehubah Kajian	97
5.3.1	Pengaruh Beban Tugas keatas Stres dalam kalangan Guru KHB Sekolah Menengah di negeri Johor	97
5.3.2	Pengaruh Kekangan Masa keatas Stres dalam kalangan Guru KHB Sekolah Menengah di negeri Johor	101
5.3.3	Pengaruh Kekangan Sumber keatas Stres dalam kalangan Guru KHB Sekolah Menengah di negeri Johor	103
5.3.4	Pengaruh Hubungan Interpersonal keatas Stres dalam kalangan Guru KHB Sekolah Menengah di negeri Johor	104
5.3.5	Pengaruh Penghargaan keatas Stres dalam kalangan Guru KHB Sekolah Menengah di negeri Johor	106
5.3.6	Tahap Stres Dalam Kalangan Guru KHB Sekolah-Sekolah Menengah Di negeri Johor	108
5.4	Perbezaan Dan Hubungan Yang Signifikan Terhadap Stres	110
5.4.1	Perbezaan Stres Kerja Dalam Kalangan Guru KHB Sekolah Menengah Di Negeri Johor Mengikut Demografi.	110

5.4.2	Hubungan Yang Signifikan Antara Stres Kerja Dalam Kalangan Guru KHB Sekolah Menengah Di Negeri Johor Dengan Faktor-Faktor Demografi Seperti Umur Dan Pengalaman Mengajar KHB	112
5.5	Rumusan	115
5.6	Cadangan	116
5.7	Cadangan Kajian Lanjutan	120
5.8	Kesimpulan	122

<b>RUJUKAN</b>	124
----------------	-----

<b>LAMPIRAN A-G</b>	137-150
---------------------	---------

## SENARAI JADUAL

NO. JADUAL	TAJUK	MUKA SURAT
1.1	Taburan Responden Tinjauan Awal Berdasarkan Opsyen Ikhtisas	12
3.1	Penentuan Jumlah Sampel Daripada Populasi Menurut Krejcie Dan Morgan	58
3.2	Bilangan Responden Mengikut Sekolah	59
3.3	Perincian Item Soal Selidik Mengikut Pembolehubah	61
3.4	Skala Likert Lima Mata	62
3.5	Nilai Kebolehpercayaan <i>Alpha Cronbach</i> Bagi Setiap Pembolehubah Kajian	64
3.6	Julat dan Tahap Min bagi Stres	68
3.7	Penentuan Hipotesis Nol Berdasarkan Nilai Signifikan	69
4.1	Taburan Responden Berdasarkan Umur	73
4.2	Taburan Responden Berdasarkan Bangsa	74
4.3	Taburan Responden Berdasarkan Status Perkahwinan	74
4.4	Taburan Responden Berdasarkan Opsyen Ikhtisas	75
4.5	Taburan Responden Berdasarkan Pengalaman Mengajar KHB	76
4.6	Taburan Responden Berdasarkan Pendapatan Bulanan	76

4.7	Taburan Faktor Mempengaruhi Stres Guru- Guru KHB Sekolah Menengah Di Negeri Johor Berdasarkan Beban Tugas	78
4.8	Taburan Faktor Mempengaruhi Stres Guru- Guru KHB Sekolah Menengah Di Negeri Johor Berdasarkan Kekangan Masa	81
4.9	Taburan Faktor Mempengaruhi Stres Guru- Guru KHB Sekolah Menengah Di Negeri Johor Berdasarkan Kekangan Sumber	83
4.10	Taburan Faktor Mempengaruhi Stres Guru- Guru KHB Sekolah Menengah Di Negeri Johor Berdasarkan Hubungan Interpersonal	85
4.11	Taburan Faktor Mempengaruhi Stres Guru- Guru KHB Sekolah Menengah Di Negeri Johor Berdasarkan Penghargaan	87
4.12	Tahap Stres Guru KHB Sekolah Menengah Di Negeri Johor	89
4.13	Min Dan Nilai Signifikan Bagi Perbezaan Antara Stres Kerja dalam kalangan guru KHB Sekolah-sekolah Menengah di Negeri Johor Mengikut Jantina	90
4.14	Min Dan Nilai Signifikan Bagi Perbezaan Antara Stres Kerja dalam kalangan guru KHB Sekolah-sekolah Menengah di Negeri Johor Mengikut Status Perkahwinan	91
4.15	Nilai Signifikan Dan Korelasi Pearson Bagi Hubungan Antara Stres Kerja Guru KHB Sekolah-Sekolah Menengah Di Negeri Johor Dengan Umur.	92

4.16	Nilai Signifikan Dan Korelasi Pearson Bagi Hubungan Antara Stres Kerja Guru KHB Sekolah-Sekolah Menengah Di Negeri Johor Dengan Pengalaman Mengajar KHB	93
4.17	Ringkasan Keseluruhan Dapatan Kajian	94



## **SENARAI RAJAH**

<b>NO. RAJAH</b>	<b>TAJUK</b>	<b>MUKA SURAT</b>
1.1	Kerangka Konsep Kajian	24
2.1	Model Respon	29
2.2	Model Punca dan Kesan Stres	31
2.3	Punca Stres di Tempat Kerja dan Kesan Terhadap Individu	36
2.4	Model Stres Kerja Guru	39
2.5	Model Stres Guru – Modifikasi	41
3.1	Proses Menjalankan Kajian	66
4.1	Taburan Responden Mengikut Jantina	72

## SENARAI SIMBOL

KHB	-	Kemahiran Hidup Bersepadu
KPM	-	Kementerian Pelajaran Malaysia
NUTP	-	Kesatuan Perkhidmatan Perguruan Kebangsaan
PBS	-	Penilaian berasaskan sekolah
DIC	-	Dokumen Item Contoh
DSC	-	Dokumen Standard Prestasi
KBSM	-	Kurikulum Bersepadu Sekolah Menengah
KSSM	-	Kurikulum Standard Sekolah Menengah
JPN	-	Jabatan Pelajaran Negeri
LPM	-	Lembaga Peperiksaan Malaysia
SPSS	-	<i>Statistical Packages for Social Science</i>

## **SENARAI LAMPIRAN**

<b>LAMPIRAN</b>	<b>TAJUK</b>	<b>MUKA SURAT</b>
<b>A</b>	Borang Soal Selidik Kajian	137
<b>B</b>	Borang Soal Selidik (Tinjauan Awal)	143
<b>C</b>	Surat Kelulusan Bahagian EPRD Kementerian Pelajaran Malaysia	146
<b>D</b>	Surat Kelulusan Jabatan Pelajaran Negeri Johor	147
<b>E</b>	Surat Pengesahan Status Pelajar	148
<b>F-G</b>	Pengesahan Item Borang Soal Selidik	149

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **1.1 Pengenalan**

Kepentingan sistem pendidikan sebagai pemangkin kepada masyarakat yang berilmu dan berakhlak sememangnya tidak dinafikan lagi. Tugas guru adalah berat. Guru bukan sekadar mendidik pelajar supaya cemerlang dalam peperiksaan tetapi perlu memiliki pengetahuan yang luas dalam pelbagai bidang ilmu (Utusan Malaysia, 7 Ogos 2005). Guru perlu mempunyai kemahiran agar dapat menjadi contoh kehidupan yang ideal dimana harus bertingkah laku ideal, menjadi teladan kepada pelajar, tidak membuat kesilapan dan juga dapat menghasilkan satu bentuk pengajaran yang berkesan (Peter Songan dan Narawi, 2002). Mereka juga berperanan dalam pembentukan sikap dan keperibadian generasi yang akan datang selain daripada menyampaikan ilmu pengetahuan dan menjadi contoh kepada murid-muridnya (Yaacob, 1985). Dalam erti kata lain, tugas guru bukan terikat kepada mengajar, mendidik dan membimbing sahaja (Faridah Karim dan Zubaidah Aman, 1998).

Guru yang berkesan adalah pemangkin kecemerlangan pendidikan dan hakikat ini menagih perubahan dalam kalangan golongan guru untuk merealisasikan hasrat dan aspirasi sistem pendidikan negara dalam melahirkan generasi yang serba boleh menjelang tahun 2020 nanti (Abdul Jalil, 2000). Lantaran itu, pelbagai tuntutan seperti celik teknologi maklumat, melaksanakan proses pengajaran dan pembelajaran secara interaktif, melaksanakan pentaksiran secara individu seperti Pentaksiran Berasaskan Sekolah (PBS), melaksanakan aktiviti ko akademik dan kokurikulum bagi setiap pelajar dan bermacam-macam lagi selaras dengan perubahan dasar dalam pendidikan. Tanggungjawab yang diamanahkan itu, semacam menjadi satu bebanan kepada mereka. Dalam konteks ini, guru-guru kini terpaksa berhadapan dengan perubahan demi perubahan dalam bidang pendidikan sehingga wujudnya beban yang keterlaluan (Abdul Muin Sapidin, 2005) yang boleh membawa kepada stres.

Fenomena stres telah menular dalam profession perguruan di serata dunia. Borg dan Mark (1990), mengkategorikan profession perguruan sebagai salah satu profession yang mempunyai tahap stres yang tinggi. Travers dan Cooper (1993) dalam Jepson dan Forest (2006) pula mendapati kerjaya perguruan mempunyai tahap stres paling tinggi berbanding kerjaya lain. Kenyataan ini disokong oleh laporan kajian oleh *Health and Safety Executive* (1993), yang menyokong pengajaran adalah salah satu daripada pekerjaan yang sangat stres. Gold dan Roth (1993) pula telah menyatakan bahawa salah satu punca stres bagi guru adalah perubahan.

Situasi pendidikan masa kini memperlihatkan bahawa profession perguruan di Malaysia sentiasa berubah, memerlukan perhatian pelbagai pihak dan tidak boleh dipandang remeh oleh guru-guru KHB di sekolah-sekolah menengah seluruh Negara terutama di negeri Johor, Melaka dan Negeri Sembilan.

Terdapat tiga faktor yang menyebabkan stres dalam kalangan guru, iaitu harapan ibu bapa yang terlalu tinggi kerana mahukan pencapaian akademik anak mereka yang terbaik, masalah disiplin pelajar yang semakin sukar dikawal dan pelajar-pelajar yang semakin cerdik berbanding guru. Ini diakui sendiri oleh mantan Menteri Pelajaran Malaysia, Datuk Seri Hishammudin Tun Hussein bahawa ada kalangan guru yang terlalu dibebankan dengan tugas-tugas sampingan (Saifulizam Mohamad dan Yulpisman Asli, 2005).

Dalam alaf baru ini, anak bangsa kita dikatakan menghadapi keruntuhan moral yang semakin meruncing dan guru sebagai pembentuk ahklak pelajar telah dituntut supaya memberi tunjuk ajar, nasihat dan teguran yang lebih efektif kepada pelajar (Esah Sulaiman, 2003). Maka tugas guru bukan sahaja mengajar di dalam bilik darjah atau membantu tercapainya objektif pembelajaran (Abdul Rahman Aroff dan Zakaria Kasa, 1998), mendidik dan membimbing (Faridah Karim dan Zubaidah Aman, 1998), mengawal keseimbangan moral pelajar-pelajarnya malah turut mengawasi disiplin mereka agar tidak hanyut dalam arus pembangunan dan pemodenan (Faridah Karim dan Zubaidah Aman, 1998; Esah Sulaiman, 2003).

Di samping mengajar dan berdepan dengan pelbagai karenah pelajar, guru juga dituntut untuk melaksanakan pelbagai tugas asas lain yang menjadi rutin pekerjaan mereka (Faridah Karim dan Zubaidah Aman, 1998). Contohnya, menyediakan persediaan mengajar, menyemak hasil kerja pelajar, mengisi borang, mengutip yuran, mengemaskini kedatangan pelajar, menyediakan laporan prestasi, menyediakan soalan ujian dan peperiksaan, mengurus hal ehwal kebajikan pelajar, memberi bimbingan dan kaunseling dan lainlain lagi bagi memajukan pelajar. Adakalanya guru itu bukan sekadar berperanan sebagai pengurus di peringkat sekolah, tetapi juga di peringkat daerah dan kebangsaan. Jelaslah kepada kita bahawa guru mempunyai tugas harian, mingguan dan tahunan yang penuh mencabar dan

profesion perguruan ini sebenarnya amat sukar, melelahkan dan membosankan (Faridah Karim dan Zubaidah Aman, 1998).

Guru juga dibebankan dengan pelbagai aktiviti kokurikulum. Setiap guru dikehendaki menjadi penasihat bagi mana-mana kelab, persatuan, rumah sukan atau badan beruniform oleh pihak sekolah. Antara mereka kadang kala ada yang dilantik sebagai guru tingkatan, ketua panitia, ketua bengkel, guru disiplin dan jawatan-jawatan lain yang sememangnya menuntut guru supaya lebih komited dalam tanggungjawab asas mereka. Ini tidak termasuk lagi aktiviti luaran lain seperti menghadiri kursus, program gotong royong bagi mengindahkan kawasan sekolah, melukis mural, menghasilkan landskap dan sebagainya (Teo Sok Kim, 2006).

Justeru itu, guru hendaklah mempunyai sifat penyabar dalam menangani masalah di sekolah seperti sabar mengajar pelajar-pelajar yang lemah dan sabar dengan karenah birokrasi (Esah Sulaiman, 2003). Profesion keguruan juga memerlukan guru berkebolehan dan berkeupayaan mengawal stres secara positif dan menyalurkan stres kepada perkara-perkara yang berfaedah (Suradi Salim, 1988). Miller *et al.*, (1999) turut mengatakan bahawa profesion keguruan adalah satu profesion yang sentiasa berinteraksi dengan pelajar, ibu bapa, rakan sekerja dan pihak pentadbir yang setiap satunya mempunyai masalah dan tuntutan yang berbeza-beza. Tuntutan-tuntutan tersebut memerlukan guru memberi respon yang cepat dan secara peribadi kepada individu yang mungkin mempunyai masalah yang tidak disangka oleh guru.

Walaupun pihak kerajaan dan Kementerian Pelajaran Malaysia telah melakukan transformasi terhadap sistem pendidikan di Malaysia dan juga kenaikan gaji serta pangkat dalam profession perguruan, tetapi perkembangan kerjaya yang terhad dan perlahan boleh meningkatkan stres kerja dalam kalangan guru. Apatah lagi guru pada masa kini kurang mendapat pengiktirafan dan penghormatan yang tinggi dari masyarakat berbanding guru-guru pada zaman dahulu (Faridah Karim dan Zubaidah Aman, 1998). Hal ini boleh menyebabkan stres guru meningkat memandangkan usaha dan pengorbanan mereka kurang dihargai oleh masyarakat berbanding zaman dahulu. Di Malaysia, profesion perguruan dikatakan sukar untuk memperolehi peluang kenaikan pangkat (Lok Yim Pheng, 2011). Farber (1991), telah menekankan bahawa gaji yang tidak setimpal atau kekurangan peluang kenaikan pangkat merupakan faktor stres dan *burnout* dalam kalangan guru.

Mengajar itu sendiri boleh menyumbang kepada tahap stres yang tinggi (Faridah Karim dan Zubaidah Aman, 1998). Secara umumnya, stres adalah perlu untuk merangsang aktiviti kerja atau harian (Peter Songan dan Narawi, 2002). Namun begitu, stres yang berlebihan boleh mendatangkan pelbagai impak negatif yang boleh menjejaskan prestasi dan kepuasan kerja (Selye, 1976). Kyriacou (1987) juga menekankan bahawa stres yang berpanjangan boleh melemahkan mental, fizikal dan melemahkan secara signifikan kerjaya guru dan prestasi pelajar kerana stres menjejaskan kualiti pengajaran dan komitmen guru.

Terdapat tiga puluh satu simptom ketegangan yang boleh dibahagikan kepada simptom fizikal dan simptom tingkah laku (Selye, 1976). Stres yang berlebihan atau berpanjangan juga akan memberi impak negatif terhadap aspek psikologi, fisiologi dan tingkah laku seseorang guru (Dunham, 1992). Dari aspek psikologi, guru akan mudah marah, mudah tersinggung dan terganggu emosi, hilang semangat atau



motivasi diri. Manakala dari aspek fisiologi pula, guru yang menghadapi tekanan secara berterusan tanpa menemui mekanisme pelepasan yang sesuai mudah dijangkiti penyakit darah tinggi, buah pinggang, kencing manis, sakit jantung, lelah dan lain-lain penyakit kronik (Selye, 1976).

Dari segi tingkah laku pula, guru-guru berkecenderungan untuk menghilangkan diri daripada perhimpunan atau mesyuarat, hipermobiliti, menjauhkan diri daripada orang ramai, kerap ponteng kerja, kehilangan komitmen, ketiadaan kepuasan bekerja, konflik interpersonal, meninggalkan profesion perguruan dan persaraan awal (Dunham, 1980; Faridah Karim dan Zubaidah Aman, 1998). Hal ini amat membimbangkan memandangkan kesihatan mental dan fizikal guru memainkan peranan yang penting dalam proses pengajaran dan pembelajaran (Suradi Salim, 1988).

Guru sebagai profesion yang disanjung tinggi oleh masyarakat dan menjadi harapan yang tinggi oleh negara untuk memberikan perkhidmatan berbentuk pengajaran dan pembelajaran yang terbaik kepada anak bangsa. Oleh itu, stres yang dialami oleh guru merupakan satu isu yang patut diberi perhatian yang serius. Jika tidak, sumbangan guru kepada proses pendidikan pelajar akan meninggalkan impak negatif yang ketara. Ia juga memberi kesan terhadap pembangunan akademik dan kesejahteraan diri generasi muda (Tang dan Yeung, 1999).

## **1.2 Latar Belakang Masalah**

Sistem pengajaran dan pembelajaran di sekolah kini amat banyak dan berubah termasuklah mata pelajaran Kemahiran Hidup Bersepadu (KHB). Guru telah menghadapi masalah dan beban tugas yang banyak. Para guru perlu berjuang untuk mendidik anak muridnya dan dalam masa yang sama perlu juga melakukan pelbagai tugas pengurusan. Tugas ini termasuklah seperti membuat laporan aktiviti panitia dan kokurikulum, mengisi borang-borang atau kad-kad berkaitan pelajar, membuat penyata kewangan kelab dan persatuan serta menguruskan dokumentasi untuk aktiviti luar pelajar. Menurut Ismail Nihat (2009), guru-guru kini terpaksa berhadapan dengan perubahan demi perubahan dalam bidang pendidikan sehingga wujudnya beban yang keterlaluan dan menimbulkan stres. Masalah ini juga menjurus kepada stres mental dan emosi berbanding fizikal yang serba sedikit akan menjejaskan kewibawaan guru dalam melahirkan pelajar yang cemerlang dan berkualiti. Ramai guru berpendapat bahawa pekerjaan guru termasuklah guru KHB tidak lagi menarik disebabkan beban tugas yang semakin meningkat pada masa kini (Tee Sok Kim, 2006).

Guru-guru di negeri Selangor, Johor, Melaka dan Kuala Lumpur telah dikategorikan sebagai “guru terbeban” memandangkan mereka terpaksa mengambil masa 74 jam seminggu untuk menjalankan tugas termasuk 50.4 jam atau 68 peratus berkaitan kurikulum (Utusan Malaysia, 7 Julai 2005). Guru-guru secara purata dibebankan dengan tugas mengisi 108 jenis borang yang tidak berkaitan dengan tugas dan mengambil masa 38 hari setahun untuk menghadiri kursus dan latihan. Kesannya, tahap stres dalam kalangan guru di negara ini semakin meningkat dan membimbangkan ekoran beban tugas yang meningkat (Abdul Muin Sapidin, 2005).

Bagi mendapatkan gambaran awal tentang stres yang dialami oleh guru-guru KHB di negeri Johor, tinjauan awal telah dijalankan keatas 20 orang guru KHB sekolah menengah kategori bandar daripada lima buah sekolah menengah harian biasa di negeri Johor. Tujuannya untuk mengenalpasti faktor-faktor yang mempengaruhi stres kerja mereka. Data dikumpul menggunakan borang soal selidik yang mengandungi soalan terbuka. (rujuk Lampiran C). Data kualitatif yang diperolehi telah dikelompokkan mengikut tema iaitu:

- i. Beban tugas
- ii. Kekangan masa
- iii. Kekangan sumber
- iv. Hubungan interpersonal
- v. Penghargaan

Beban tugas merupakan faktor yang banyak menyumbang kepada kewujudan stres dalam kalangan guru. Antaranya ialah beban kerja seperti pembaikan kecil dan penyelenggaraan di sekolah, terlibat dengan kerja-kerja di luar waktu sekolah seperti membuat pelan landskap keceriaan atau bengkel Kemahiran Hidup, membuat tempahan barangan dan peralatan bengkel dan sebagainya. Tugas-tugas ini menuntut masa yang panjang untuk dilaksanakan disamping tugas memberi tumpuan kepada proses pengajaran dan pembelajaran. Masa luang guru pula kerap digunakan untuk masuk ke kelas-kelas yang gurunya tidak hadir (Lok Yim Pheng, 2011).

Dapatan tinjauan awal ini juga mendapati, beban tugas merupakan punca yang banyak mempengaruhi stres dalam kalangan guru-guru KHB. Ia termasuklah guru-guru dibebani dengan kerja-kerja di luar bidang pengajaran dan pembelajaran. Selain itu guru-guru KHB juga perlu membuat pengurusan fail dari segi akademik, kokurikulum mahupun PBS. Kenyataan ini diperakui oleh beberapa orang responden dalam kajian ini.

*"Saya merasakan guru-guru banyak membuat kerja-kerja di luar bidang P&P...mana nak semak buku pelajar...pengurusan fail lagi...semua membebankan..." (Guru A).*

*"Di sekolah sekarang, guru banyak membuat pengurusan fail dan pendokumentasian...kadang-kadang kerja jadi bertimbun-timbun...satu selesai...satu datang..." (Guru B).*

*"...dekat sekolah ni terlalu banyak dokumen pelajar dan pentaksiran dalam pelaksanaan PBS...macam saya bukan saja mengajar malah kena juga buat kerja-kerja membaik pulih alatan perabot...bilah masa nak siapkan kerja-kerja yang banyak tu dengan segera...kadang kala rasa terbebandibuatnya..." (Guru C).*

Perubahan kurikulum dalam Sistem Pentaksiran Berasaskan Sekolah (PBS) bagi mata pelajaran KHB telah diperkenalkan diperingkat menengah rendah. Dasar PBS baru ini lebih memfokuskan kepada pentaksiran berasaskan sekolah dan pentaksiran berasaskan pusat. Ia dilaksanakan mengikut *Band 1* hingga *Band 6* ke atas semua para pelajar Tingkatan Satu bermula tahun 2012. Sehubungan itu, guru-guru KHB menengah rendah dituntut untuk melaksanakan sistem pentaksiran ini ke atas hasil kerja pelajar dan perlu disemak sepanjang tahun dan dilengkapkan dalam tahun semasa. Hal ini, akan menambahkan lagi beban tugas sediaada guru KHB. (Lembaga Peperiksaan Malaysia, 2012).

Tinjauan awal juga mendapati guru KHB perlu menyelia dan memastikan bengkel berada dalam keadaan yang kondusif dan selesa. Hal ini menyebabkan beban kerja yang banyak kerana bengkel-bengkel KHB di sekolah-sekolah menengah tidak mempunyai pembantu bengkel.

*"Di sekolah saya, tiada pembantu bengkel untuk mengurus bengkel...jadi semua guru KHB kena urus bengkel sendiri..." (Guru D).*

Dalam konteks kekurangan masa pula, sistem PBS yang merupakan peringkat percubaan dan ini memerlukan guru KHB untuk menghadiri berbagai kursus, seminar dan bengkel sepanjang minggu atau pada hujung minggu untuk memberi pendedahan kepada guru-guru KHB berhubung dengan sistem tersebut. Mereka kemudiannya dikehendaki untuk melakukan penyesuaian terhadap kaedah pengajaran untuk disesuaikan dengan PBS ini. Secara langsung ini akan menambah masa kerja guru KHB dan sekaligus meningkatkan stres mereka. Apatah lagi bagi mereka yang belum bersedia untuk menghadapi perubahan kepada sistem pentaksiran yang drastik ini. Hal ini akan menyumbang kepada kesuntukan masa guru-guru KHB kerana pentaksirannya dijalankan sepanjang tahun. Siti Rodziah (1982) ada menyatakan bahawa faktor yang membawa stres kepada guru-guru ialah beban tugas dan kesuntukan masa.

*"...masa untuk melaksanakan pentaksiran PBS amat lama dan perlu perhatian secara holistik kepada setiap pelajar...data pelajar juga perlu dikemaskini mengikut individu dalam tahun semasa...mana cikgu sempat...kadang-kadang sampai bawa balik ke rumah untuk menyusun dokumen..." (Guru F).*

Kajian tinjauan awal ini juga mendapati faktor kekurangan masa juga antara punca dalam menyumbang stres kepada guru-guru KHB dalam kajian ini. Masalah lain yang telah dikemukakan oleh responden berkenaan kekurangan masa yang menyumbang kepada stres guru-guru KHB telah dinyatakan seperti berikut:

*"... saya melihat bahawa masalah ini berpunca daripada masa mengajar KHB yang singkat (hanya 3 masa seminggu)...mana cukup...nak buat kerja amali lagi...nak habiskan silibus lagi...kerja kursus lagi..." (Guru E).*

Sekolah pula tidak memperuntukkan masa secara rasmi di dalam jadual induk sekolah untuk guru-guru KHB mengurus bengkel secara berkala. Kesannya, guru-guru KHB tidak dapat menguruskan bengkel dengan sistematik. (Lok Yim Pheng (2011).

Dalam konteks kekangan sumber pula, rata-rata bengkel KHB tidak mempunyai alatan yang mencukupi dan bahan bantu mengajar yang amat terhad sedangkan semua kerja amali pelajar perlu dijalankan secara individu. Tinjauan awal responden mengakui bahawa kekangan sumber ini menyumbang kepada stres guru-guru KHB. Menurut mereka :

*"... saya terpaksa membeli kertas A4 sendiri untuk bahan dokumentasi PBS pelajar... minta dengan panitia kadang-kadang lambat... bahan bantu mengajar pun kurang... kalau ada pun tak cukup... amali pelajar nak buat secara individu... macam mana nak habis cepat kalau bahan tak cukup...tu yang menyebabkan saya stres..." (Guru G).*

*"Di bengkel KHB, alatan tangan ada... tapi masih tak cukup... mesin ada, tapi banyak yang rosak... macam mana nak guna untuk kerja amali pelajar secara individu...tu yang saya rasa terbeban tu..." (Guru H).*

Dalam konteks hubungan interpersonal pula, sesetengah pihak atasan tidak mengambil kira tentang penetapan guru-guru yang bukan opsyen untuk mengajar mata pelajaran KHB. Sesetengah sekolah mengagihkan guru-guru KHB untuk mengajar mata pelajaran ini, yang bukan opsyen mereka. Sewajarnya, hanya guru opsyen KHB sahaja yang boleh mengajar mata pelajaran KHB bagi membolehkan penyampaian isi pelajaran, pengurusan aktiviti amali pelajar dan menguruskan bengkel dilakukan dengan baik.

Dapatan tinjauan awal menunjukkan 9 orang (45 peratus) daripada 20 orang responden yang terlibat adalah bukan daripada opsyen KHB tetapi mengajar mata pelajaran ini. Data ditunjukkan dalam Jadual 1.1.

**Jadual 1.1: Taburan responden tinjauan awal berdasarkan opsyen ikhtisas**

<b>Opsyen Ikhtisas</b>	<b>Frekuensi</b>	<b>Peratus (%)</b>
KA	1	5.00
KE	2	10.00
KM	2	10.00
KHB	11	55.00
LAIN-LAIN	4	20.00
<b>Jumlah</b>	<b>20</b>	<b>100.00</b>

**Nota:**

\* KA – Kejuruteraan Awam

\* KE – Kejuruteraan Elektrik

\* KM –Kejuruteraan Mekanikal

\* KHB – Kemahiran Hidup Bersepadu

\* Lain-Lain (termasuk Opsyen ERT, Sains Pertanian, Perdagangan, Perakaunan, Sains dan Matematik.)

Hubungan interpersonal juga didapati mempengaruhi stres guru-guru KHB. Tinjauan awal mendapati guru-guru KHB menyatakan adakalanya arahan tugas yang diberikan bertindan, kurang mendapat kerjasama daripada pihak pentadbiran, dan sesetengah guru KHB pula tidak pandai memilih kawan dalam mengajar mata pelajaran yang sama menyebabkan hubungan antara guru-guru KHB terjejas. Ini terbukti melalui kenyataan responden:

*"... saya rasa stres bila menerima arahan tugas yang bertindan pada masa yang sama...saya rasa sesetengah maklumat tidak disampaikan dengan tepat...jadi kerja yang perlu dilaksanakan tergendala..."*  
(Guru I).

*"...antara rakan setugas pun kurang memberi kerjasama ..... begitu juga daripada pihak pentadbiran...bila tugas yang diberikan tidak dapat dilaksanakan, tiada pun cadangan penyelesaian diberikan...kena marahp pula...maka streslah jadinya..."* (Guru J).

*"...ada guru-guru KHB juga salah memilih rakan terutama dalam mengajar mata pelajaran yang sama...jadi masalah yang dihadapi tidak dapat dikongsi bersama... maka bila tak dapat atasi... streslah jadinya..." (Guru K).*

Dari segi penghargaan pula, tiada elaun bagi guru-guru KHB yang melakukan kerja-kerja penyelenggaraan bengkel (Lok Yim Pheng, 2011), tiada pembantu bengkel diperuntukan untuk membantu guru-guru menjalankan kerja-kerja di bengkel KHB disemua sekolah di Malaysia. Guru-guru KHB itu sendiri perlu memikul tanggungjawab untuk menguruskan bengkel dari segi keselamatan, keselesaan, susun atur dan keceriaan. Menurut pendapat responden dalam kajian tinjauan awal, penghargaan adalah salah satu cara untuk memberi dorongan dan galakan kepada guru-guru KHB agar stres kerja mereka dapat dikurangkan. Mereka menyatakan:

*"... ya, penghargaan amat perlu kerana ia akan dapat memberi motivasi kepada saya dan juga guru-guru yang lain..." (Guru L).*

*"...semestinya penghargaan akan memberi galakan dan memberi dorongan kepada saya untuk lebih berjaya dan dihargai..." (Guru M).*

Dapatan tinjauan awal yang dijalankan, jelas menunjukkan guru-guru KHB sekolah menengah kategori bandar di negeri Johor mengalami stres dalam menjalankan tugas mereka. Ini telah memberi gambaran awal bagi menjalankan kajian yang seterusnya keatas bilangan sampel yang lebih besar untuk mengenalpasti faktor-faktor yang mempengaruhi stres guru-guru KHB ini dan mengenalpasti tahap stres yang dialami oleh mereka.



### **1.3     Penyataan Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah kajian yang diperolehi daripada kajian tinjauan awal keatas 20 orang guru KHB berhubung stres, didapati stres guru didominasi oleh faktor beban tugas, kekangan masa, kekangan sumber, hubungan interpersonal dan penghargaan. Oleh itu, kajian ini dijalankan keatas bilangan sampel yang lebih besar untuk mengenalpasti faktor utama stres dan tahap stres yang dialami oleh guru-guru KHB di sekolah menengah kategori bandar dalam negeri Johor .

### **1.4     Objektif Kajian**

Kajian ini mempunyai enam objektif. Pembolehubah kajian diperolehi daripada dapatan tinjauan awal keatas 20 orang guru-guru KHB di lima buah sekolah menengah kategori bandar dalam negeri Johor mengenai faktor-faktor beban tugas, kekangan masa, kekangan sumber, hubungan interpersonnal dan penghargaan. Maka objektif kajian ini adalah untuk mengenalpasti:

- i. Pengaruh beban tugas keatas stres dalam kalangan guru KHB sekolah menengah di negeri Johor.
- ii. Pengaruh kekangan masa keatas stres dalam kalangan guru KHB sekolah menengah di negeri Johor.
- iii. Pengaruh kekangan sumber keatas stres dalam kalangan guru KHB sekolah menengah di negeri Johor.

- iv. Pengaruh hubungan interpersonal keatas stres dalam kalangan guru KHB sekolah menengah di negeri Johor.
- v. Pengaruh penghargaan keatas stres dalam kalangan guru KHB sekolah menengah di negeri Johor.
- vi. Tahap stres kerja dalam kalangan guru KHB sekolah menengah di negeri Johor.

## **1.5 Persoalan Kajian**

Persoalan kajian bagi penyelidikan ini adalah seperti berikut:

- i. Adakah beban tugas mempengaruhi stres dalam kalangan guru KHB sekolah menengah di negeri Johor?
- ii. Adakah kekangan masa mempengaruhi stres dalam kalangan guru KHB sekolah menengah di negeri Johor?
- iii. Adakah kekangan sumber mempengaruhi stres dalam kalangan guru KHB sekolah menengah di negeri Johor?
- iv. Adakah hubungan interpersonal mempengaruhi stres dalam kalangan guru KHB sekolah menengah di negeri Johor?
- v. Adakah penghargaan mempengaruhi stres dalam kalangan guru KHB sekolah menengah di negeri Johor?
- vi. Apakah tahap stres dalam kalangan guru KHB sekolah menengah di negeri Johor?
- vii. Adakah terdapat perbezaan yang signifikan antara stres dalam kalangan guru KHB sekolah menengah di negeri Johor dengan faktor demografi seperti jantina dan status perkahwinan?

- viii. Adakah terdapat hubungan yang signifikan antara stres dalam kalangan guru KHB sekolah menengah di negeri Johor dengan faktor demografi seperti umur dan pengalaman mengajar?

## **1.6 Hipotesis Kajian**

Kajian ini bertujuan untuk menguji hipotesis-hipotesis yang berikut:

- Ho 1 Tidak terdapat perbezaan stres dalam kalangan guru KHB sekolah menengah di negeri Johor dari segi jantina.
- Ho 2 Tidak terdapat perbezaan stres dalam kalangan guru KHB sekolah menengah di negeri Johor dari segi status perkahwinan.
- Ho 3 Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara stres dalam kalangan guru KHB sekolah menengah di negeri Johor dengan umur.
- Ho 4 Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara stres dalam kalangan guru KHB sekolah menengah di negeri Johor dengan pengalaman mengajar.

## **1.7 Kepentingan Kajian**

Kajian ini adalah penting kepada:

### **1.7.1 Guru-guru KHB**

Dapatan kajian ini boleh dijadikan panduan kepada warga guru-guru KHB tentang cara menangani stres mengikut personaliti. Menurut Gold dan Roth (1993), ramai guru sedar akan kewujudan stres di dalam diri mereka, namun mereka tidak mengetahui cara untuk mengendalikannya. Memandangkan stres boleh menjejaskan prestasi dan kepuasan kerja serta menurunkan produktiviti, pengetahuan mengenai masalah stres kerja adalah amat penting kepada para guru KHB. Ini turut disokong oleh Tang dan Yeung (1999) yang menekankan bahawa adalah penting bagi seseorang guru untuk mengenalpasti punca-punca stres kerja yang berpotensi dan kesan stres terhadap kesejahteraan psikologinya. Oleh itu, kajian ini diharapkan dapat menyedarkan, guru-guru KHB sekolah menengah tentang tahap stres kerja mereka di samping membantu mereka mengatur langkah untuk meminimalkan stres yang dihadapi.

### **1.7.2 Pentadbiran Sekolah**

Dapatan kajian ini akan membantu pihak pentadbir sekolah membuat pertimbangan dalam merancang aktiviti-aktiviti staf di sekolah, menimbulkan kesedaran pihak pentadbir sekolah mengenai isu stres kerja guru dan memberi peluang kepada mereka untuk mengenal pasti tahap dan faktor-faktor stres kerja dalam kalangan guru KHB sekolah menengah. Dengan ini, pihak pentadbir sekolah dapat mengambil tindakan yang sewajarnya dalam menangani atau sekurang-kurangnya meminimalkan stres kerja guru-guru tersebut.

### **1.7.3 Jabatan Pelajaran Negeri (JPN) / Kementerian Pelajaran Malaysia (KPM)**

JPN dan KPM boleh menggunakan dapatan kajian ini untuk merangka suatu program secara menyeluruh kepada warga guru dalam menangani stres. Meskipun isu stres kerja guru telah lama wujud di negara kita, namun tidak ramai di antara para guru diberi peluang menghadiri kursus yang berkaitan dengan tindakan menangani stres kerja.

## **1.8 Skop Kajian**

Kajian ini bertujuan untuk menentukan faktor-faktor mempengaruhi stres dan tahap stres kerja guru-guru KHB sekolah menengah kategori bandar di negeri Johor sahaja. Sampel dalam kajian ini hanya melibatkan 196 orang guru KHB di 50 buah sekolah menengah kategori bandar di 10 buah daerah dalam negeri Johor.

Pembolehubah kajian ini tertumpu kepada lima faktor stres iaitu beban tugas, kekangan masa, kekangan sumber, hubungan interpersonal dan penghargaan. Item-item dalam borang soal selidik yang dibentuk untuk kegunaan kajian ini adalah berlandaskan kepada *Teacher Stress Inventory* yang telah digunakan oleh Boyle *et al.* (1995) dan diubahsuai oleh Teo (2006).

Tumpuan kajian adalah untuk mengenalpasti faktor yang mempengaruhi stres dalam kalangan guru KHB sekolah tersebut, mengenalpasti adakah terdapat perbezaan dan hubungan di antara stres dari aspek jantina, status perkahwinan, umur dan pengalaman kerja, dan mengenalpasti samada faktor beban tugas, kekangan masa, kekangan sumber, hubungan interpersoanal dan penghargaan menjadi faktor utama menyumbang stres dalam kalangan guru KHB. Kajian yang dijalankan adalah berbentuk kuantitatif.

## **1.9 Batasan Kajian**

Kajian ini dijalankan hanya keatas guru-guru KHB sekolah menengah harian biasa kategori bandar dalam negeri Johor sahaja. Dengan itu, keputusan tidak boleh digeneralisasikan kepada semua guru-guru KHB di Malaysia. Namun begitu dapatan kajian ini boleh digunakan sebagai panduan sahaja bagi kajian selanjutnya yang berkaitan dengan stres dalam kalangan guru KHB.

## **1.10 Definisi Operasional**

Di dalam bahagian ini akan diperjelaskan beberapa istilah dan konsep yang menjadi asas yang menyokong tema kajian yang diusahakan.

### **1.10.1 Stres Kerja**

Cooper dan Marshall (1976) mendefinisikan stres kerja sebagai ketidakupayaan individu untuk bertindak balas terhadap rangsangan dalam diri dan persekitaran kerja sehingga memberi impak-impak tertentu kepada dirinya. Cooper dan Marshall (1976) turut melihat stres kerja sebagai faktor atau stressor persekitaran yang negatif yang berkaitan dengan sesuatu pekerjaan seperti beban tugas, konflik atau kekaburan peranan, keadaan kerja yang tidak memuaskan dan sebagainya. Dalam kajian ini, stres kerja guru-guru KHB merujuk kepada beban tugas, kekangan masa, kekangan sumber, hubungan interpersonal dan penghargaan.

### **1.10.2 Guru Kemahiran Hidup Bersepadu (KHB)**

Menurut Kamus Dewan Edisi Ketiga (1997), guru bermaksud orang yang mengajar; pendidik; pengajar; pengasuh. Guru Kemahiran Hidup Bersepadu bagi kajian ini merupakan golongan pendidik yang terlibat secara langsung atau mengajar mata pelajaran Kemahiran Hidup Bersepadu di lokasi kajian. Mereka yang berkenaan mempunyai kelayakan akademik yang berbeza sama ada berijazah atau bukan berijazah yang sedang berkhidmat di sekolah menengah di bawah pentadbiran Kementerian Pendidikan Malaysia berdasarkan Kod Etika Profesion Perguruan Malaysia.

### **1.10.3 Faktor-faktor Stres Kerja Guru**

Ia merujuk kepada faktor-faktor yang menimbulkan stres kerja kepada guru. Dalam kajian ini, lima faktor telah dikenalpasti iaitu beban tugas, kekangan masa, kekangan sumber, hubungan interpersonal dan penghargaan.

#### **i. Beban Tugas**

Beban tugas dalam konteks ini merujuk kepada tugas-tugas yang perlu dilakukan oleh guru seperti membuat persediaan mengajar, menyemak kerja bertulis pelajar, mengisi borang, mengutip yuran, mengemaskini kedatangan pelajar, menyediakan laporan prestasi, menyediakan soalan ujian dan peperiksaan, mengurus



hal ehwal kebajikan pelajar, memberi bimbingan dan kaunseling dan lain-lain lagi bagi memajukan pelajarnya (Teo Sok Kim, 2006).

## ii Kekangan masa

Kekangan masa adalah berkaitan dengan tekanan masa seperti kekurangan masa untuk memberi tumpuan kepada pelajar secara individu, terlalu banyak kerja penyemakan, persediaan mengajar dan kerja pentadbiran (Teo Sok Kim, 2006).

## iii Kekangan Sumber

Kekangan sumber merujuk kepada kekurangan sumber pengajaran seperti kekurangan atau ketiadaan peralatan dan kemudahan pengajaran dan pembelajaran, keadaan bilik guru serta tuntutan sukatan pelajaran (Teo Sok Kim, 2006).

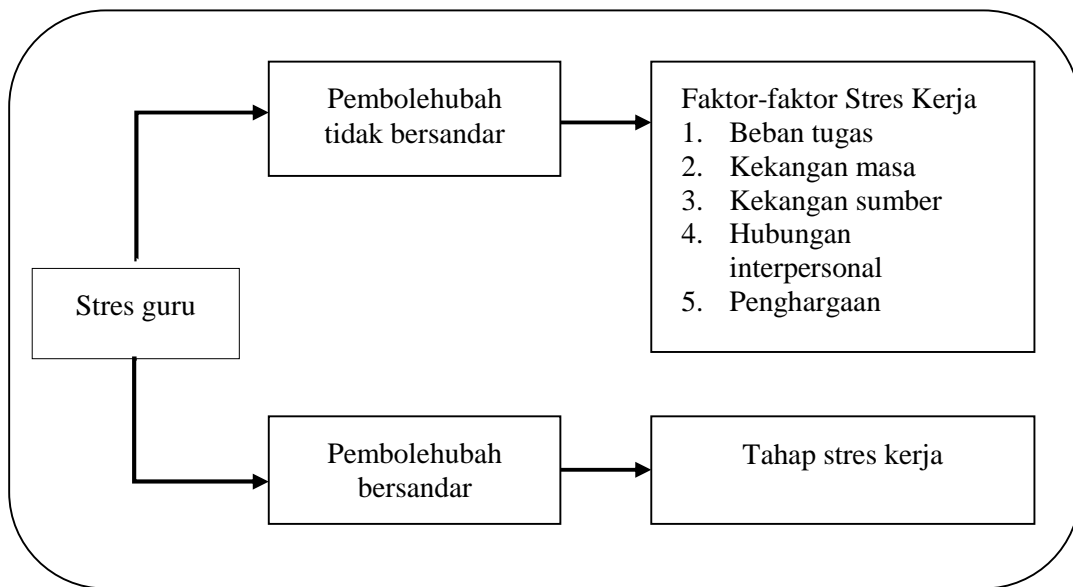
## iv Hubungan Interpersonal

Hubungan interpersonal dalam konteks ini berkaitan dengan sikap dan tingkah laku guru-guru yang lain dan tekanan daripada pengetua, pengawai pendidikan dan ibu bapa atau waris pelajar (Teo Sok Kim, 2006). Dengan erti kata lain, ia melibatkan hubungan antara guru dan guru, guru dan pengetua, guru dan pengawai Jabatan atau Kementerian Pelajaran serta hubungan antara guru dan ibu bapa atau waris pelajar.

Berhubung dengan aspek-aspek pembangunan dan penghargaan profesional guru seperti penghargaan ke atas pengajaran yang baik, struktur kerjaya, peluang kenaikan pangkat, kuasa dalam membuat keputusan dan persepsi guru terhadap gaji yang diterima berbanding dengan tugas yang dipikulnya (Teo Sok Kim, 2006).

### **1.11    Kerangka Konsep Kajian**

Dalam kajian ini, punca-punca stres kerja guru merupakan pembolehubah tidak bersandar manakala pembolehubah bersandar adalah tahap stres kerja guru. Punca-punca stres kerja guru yang dimaksudkan adalah beban tugas, penghargaan, kekangan masa dan sumber serta hubungan interpersonal. Perbandingan akan dilakukan antara tahap stres kerja di kalangan guru-guru kemahiran hidup sekolah menengah di negeri Johor dari segi demografi. Ia dapat diterangkan melalui kerangka konsep kajian dalam Rajah 1.1.



**Rajah 1.1 : Kerangka Konsep Kajian**

## 1.12 Kesimpulan

Dalam bab ini telah diuraikan dan dijelaskan perkara-perkara yang menjadi asas dan hala tuju kajian ini. Di dalam bahagian objektif Kajian, penyelidik telah menetapkan matlamat-matlamat yang hendak dicapai di akhir kajian ini. Persoalan-persoalan kajian turut ditentukan berdasarkan objektif-objektif yang telah ditetapkan terlebih dahulu. Kemudian, beberapa hipotesis turut dibentuk berdasarkan objektif-objektif dan persoalan-persoalan kajian. Kajian ini dapat memberi manfaat kepada pihak guru, Jabatan Pelajaran Negeri dan Kementerian Pelajaran Malaysia, pihak pentadbir sekolah dan juga pihak penyelidik sendiri. Kajian ini turut dibataskan skopnya agar ia mudah dan munasabah untuk dilakukan. Dalam bahagian definisi operasional telah diterangkan maksud beberapa istilah dan konsep yang penting dalam kajian ini.

## RUJUKAN

\_\_\_\_\_ (2001). *Pembangunan Pendidikan 2001-2010: Perancangan Bersepadu Penjana Kecemerlangan Pendidikan*. Kuala Lumpur: Kementerian Pelajaran Malaysia.

\_\_\_\_\_ (1997). *Kamus Dewan: Edisi Ketiga*. Kuala Lumpur: Dewan Bahasa dan Pustaka.

\_\_\_\_\_ (2005). Guru Terbeban Bertugas 74 Jam Seminggu. *Utusan Malaysia*, Julai 7.

\_\_\_\_\_ (2005). Guru Bukan Sekadar Mendidik Pelajar. *Utusan Malaysia*, Ogos 7.

\_\_\_\_\_ (2005). Tiada Guru Hadapi Tekanan Mental. *Utusan Malaysia*, November 15.

Abdul Jalil Bin Ali (2000). Guru Pemangkin Kecemerlangan Pendidikan. *Dewan Masyarakat*, Februari. 4.

Abdul Muin Sapidin (2005). Stres Guru Membimbangkan – Akibat Banyak Perubahan dan Bebanan Tugas Yang Keterlaluan – NUTP. *Utusan Malaysia*, Ogos 18.

Abdul Rahim Aris (2002). *Kajian Ke Atas Faktor-faktor Yang Mempengaruhi Stres (Tekanan) dan Niat Untuk Meninggalkan Profesion Perguruan di Kalangan Guru Sekolah Menengah dan Sekolah Rendah di Daerah Kota Tinggi, Johor*. Universiti Teknologi Malaysia: Tesis Sarjana.

Abdul Rahman Aroff dan Zakaria Kasa (1998). *Falsafah dan Konsep Pendidikan*. Edisi Kedua. Shah Alam: Penerbit Fajar Bakti Sdn. Bhd.

Abdul Razak Din (2005). Guru Tidak Lagi Dibebani Urusan Pentadbiran. *Utusan Malaysia*, Februari 28.

Abouserie, R. (1996). Stress, Coping Strategies and Job Satisfaction in University Academic Staff. *Educational Psychology*. **16 (1)**: 49 – 56.

Ahmad Bin Isa (1998). *Tekanan Kerja di Kalangan Guru-guru Kemahiran Hidup Sekolah Menengah Daerah Pekan dan Rompin*. Universiti Teknologi Malaysia: Tesis Sarjana Muda.

Azizi Yahaya (2007). *Menguasai Penyelidikan Dalam Pendidikan*. PTS Professional Publishing Sdn. Bhd., Kuala Lumpur.

Azizi Haji Yahaya, Mohamad Najib Abdul Ghafar, Jamaluddin Ramli dan Nadarajah A/L K. Rengasamy (2003). *Faktor Yang Mempengaruhi Masalah Disiplin Pelajar Sekolah dan Perhubungan Pembentukan Personaliti Pelajar*. Universiti Teknologi Malaysia:

Borg, M. G. (1990). Occupational Stress in British Educational Settings: A Review. *Educational Psychology*. **10 (2)**: 103 – 125.

Borg, M. G. dan Falzon, J. M. (1989). Stress and Job Satisfaction Among Primary School Teachers in Malta. *Educational Review*. **41 (3)**: 271 - 280.

Borg, M. G. dan Falzon, J. M. (1990). Coping Actions Used by Maltese Primary School Teachers. *Educational Research*. **32**: 50 – 58.

Borg, M. G., Riding, R. J. dan Falzon, J. M. (1991). Stress in Teaching: A Study of Occupational Stress and Its Determinants, Job Satisfaction and Career Commitment Among Primary Schoolteachers. *Educational Psychology*. **11 (1)**: 59 – 75.

Boyle G. J., Borg M. G., Falzon, J. M. dan Baglioni, A. J. Jr. (1995). A Structural Model of the Dimensions of Teacher Stress. *British Journal of Educational Psychology*. **65**: 49 - 67.

Capel, S. A. (1987). The Incidence of and Influences on Stress and Burnout in Secondary School Teachers. *British Journal of Educational Psychology*. **57**: 279 – 288.

Capel, S. A. (1993). Anxieties of Beginning Physical Education Teachers. *Educational Research*. **35 (3)**: 281 – 289.

Chan, D. W. (1995). Multidimensional Assessment and Causal Modelling in Teacher Stress Research: A Commentary. *British Journal of Educational Psychology*. **65**: 381 – 385.

Chaplain, R. P. (1995). Stress and Job Satisfaction: A Study of English Primary School Teachers. *Educational Psychology*. **15 (4)**: 473 - 489.

Claxton, G. (1989). *Being A Teacher: A Positive Approach to Change and Stress*. London: Casell Educational Limited.

Cohen, L dan Manion, L. (1989). *A Guide to Teaching Practice*. Edisi Ketiga. London: Routledge.

Cooper, C. L. (1981). *Psychology and Management*. London: The MacMillan Press Limited.

Cooper, C. L. dan Marshall, J. (1976). Occupational Sources of Stress: Overview of The Literature Relating to Coronary Heart Disease and Mental Health. *Journal of Occupational Psychology*. **49**: 11 - 28.

Cox, T. (1978). *Stress*. London: Methuen.

Dunham, J. (1978). Change and Stress in the Head of Department's Role. *Educational Research*. **21**: 44 – 47.

Dunham, J. (1980). An Exploratory Comparative Study of Staff Stress in English and German Comprehensive Schools. *Educational Review*. **32 (1)**: 11 - 20.

Dunham, J. (1981). Disruptive Pupils and Teacher Stress. *Educational Research*. **23 (3)**: 205 - 213.

Dunham, J. (1992). *Stress in Teaching*. Edisi Kedua. London: Routledge.

Dussault, M. (1997). Professional Isolation and Stress in Teachers. *Annual Meeting of the American Educational Research Association*. Mac 24 – 28. Chicago: Educational Resources Information Center, 1 – 26.

Esah Sulaiman (2003). *Modul Pengajaran: Asas Pedagogi*. Skudai: Jabatan Asas Pendidikan, Fakulti Pendidikan, Universiti Teknologi Malaysia.



Farber, B. A. (1991). *Crisis in Education: Stress and Burnout in the American Teacher*. San Francisco: Jossey Bass Publishers.

Faridah Karim dan Zubaidah Aman (1998). Implikasi Burnout di Kalangan Guru Terhadap Sistem Pendidikan. *Prosiding Seminar Isu-isu Pendidikan Negara*. November 26 – 27. Malaysia: Universiti Kebangsaan Malaysia, 317-333.

Fletcher, B (C) dan Payne, R. L. (1982). Level of Reported Stressors and Strains Amongst Schoolteachers: Some UK Data. *Educational Review*. **34 (3)**: 267 – 277.

Gold, Y. dan Roth, R. A. (1993). *Teachers Managing Stress and Preventing Burnout - The Professional Health Solution*. London: The Falmer Press.

James, C. Q. dan Jonathan, D. Q. (1984). *Organizational Stress and Prevention Management*. New York: MacGraw-Hill.

Kementerian Pendidikan Malaysia (1990). *Falsafah Pendidikan Negara*. Kuala Lumpur: Dewan Bahasa dan Pustaka.

Krejcie, R. V. dan Morgan, D. W. (1970). Determining Sample Size for Resaearch Activities. *Educational dan Psychological Measurement*. **30**: 607 – 610.

Kyriacou, C (1981). Social Support and Occupational Stress Among School Teachers. *Educational Studies*. **7 (1)**: 55 – 60.

Kyriacou, C (1987). Teacher's Stress and Burnout: An International Review. *Educational Research*. **29 (2)**: 146 – 152.

Kyriacou, C. dan Chien, Pei Yu (2004). Teacher Stress in Taiwanese Primary Schools. *Journal of Educational Enquiry*. **5 (2)**: 86 – 104.

Kyriacou, C dan Sutcliffe, J. (1977). Teacher Stress: A Review. *Educational Review*. **29 (4)**: 299 - 306.

Kyriacou, C dan Sutcliffe, J. (1978a). A Model of Teacher Stress. *Educational Studies*. **4 (1)**: 1 - 6.

Kyriacou, C dan Sutcliffe, J. (1978b). Teacher Stress: Prevalence, Sources and Symptoms. *British Journal of Educational Psychology*. **48**: 159-167.

Kyriacou, C dan Sutcliffe, J. (1979). Teacher Stress and Satisfaction. *Educational Research*. **21**: 89 – 96.

Laughlin, A. (1987). Teacher Stress In An Australian Setting: The Role of Biographical Mediators. *Educational Studies*. **10 (1)**: 7-22.

Lok Yim Pheng (2011), *Masalah Guru-guru Kemahiran Hidup Bersepadu*, Buletin Kesatuan Perkhidmatan Perguruan Malaysia (NUTP), Kuala Lumpur.

Lim, Yee Chian (2004). *Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kepuasan Kerja di Kalangan Guru Teknikal di Sekolah Menengah Teknik: Satu Kajian di Negeri Kedah Darul Aman*. Universiti Teknologi Malaysia: Tesis Sarjana Muda.

Manthei, R., Gilmore, A., Tuck, B. dan Adair, V. (1996). Teacher Stress in Intermediate Schools. *Educational Research*. **38 (1)**: 3-19.

Mazlan Aris (2002). *Stres Kerja di Kalangan Guru Sekolah Rendah. Satu Kajian di Sekolah Rendah Kawasan Zon Tenggara, Kulai, Johor Darul Takzim*. Universiti Teknologi Malaysia: Tesis Sarjana.

McGrath, M. Z. (1995). *Teachers Today: A Guide to Surviving Creatively*. California: Corwin Press, Inc.

Miller, G., Brown-Anderson, F., Willie, F., Peele, T. dan Chen, M. (1999). Teacher Stress: A Case Study. *Educational Resources Information Center*. 1- 22.

Mohamad Najib Abdul Ghafar (2003). *Penyelidikan Pendidikan*. Skudai: Penerbit Universiti Teknologi Malaysia.

Mohd. Hasidin Zaini (1995). *Faktor-faktor Ciri-ciri Kerja Yang Mempengaruhi Stres Guru: Kajian di Kalangan Kakitangan Sumber Kemahiran Hidup Sekolah Menengah Negeri Johor*. Universiti Teknologi Malaysia: Tesis Sarjana.

Mohd. Majid Konting (1990). *Kaedah Penyelidikan Pendidikan*. Kuala Lumpur: Dewan Bahasa dan Pustaka.

Mokhtar Ahmad (1998). *Tekanan Kerja di Kalangan Guru Sekolah Menengah: Satu Kajian di Daerah Kulim, Kedah*. Universiti Malaysia Sarawak: Tesis Sarjana.

Naylor, C. (2001). What Do British Columbia Teachers Consider To Be the Most Significant Aspects of Workload and Stress in Their Work? *British Columbia Teachers' Federation Research Report*. 1-19.

Noor Hadayah Binti Haji Ahmad (2003). *Faktor-faktor yang Menyebabkan Stres (Tekanan) Kerja di Kalangan Guru Sekolah Menengah: Satu Kajian di Daerah Johor Bahru Johor*. Universiti Teknologi Malaysia: Tesis Sarjana.

Payne, M. A. dan Furnham, A. (1987). Dimensions of Occupational Stress in West Indian Secondary School Teachers. *British Journal of Educational Psychology*. **57**: 141 – 150.

Peter Songan dan Narawi bin Udin (2002). Tahap dan Punca Utama Stres Kerja di Kalangan Pengetua Sekolah Menengah di Sarawak. *Jurnal Penyelidikan Pendidikan, Bahagian Perancangan dan Penyelidikan Dasar Pendidikan, Kementerian Pendidikan Malaysia*. 1-17.

Pratt, J. (1978). Perceived Stress Among Teachers: The Effects of Age and Background of Children Taught. *Educational Review*. **30**: 3 – 14.

Ramli Bin Jusoh (2003). *Mengkaji Tekanan di Kalangan Guru bengkel di Sekolah-sekolah Menengah di Daerah Kuala Pilah, Negeri Sembilan*. Universiti Teknologi Malaysia: Tesis Sarjana Muda.

Reiman, A. J. dan Edelfelt, R. A. (2004). *Careers in Education*. Edisi Keempat. Amerika Syarikat: The McGraw-Hill Companies, Inc.

Richardson, A. G. (1997). Stress in Teaching: A Case Study of Elementary School Teachers in the Caribbean. *Annual Meeting of the American Educational Research Association*. Mac 24 – 28. Chicago: Educational Resources Information Center, 1 – 18.

Saifulizam Mohamad dan Yulpisman Asli (2005). Hishammuddin Selar NUTP – Dakwaan Guru Stres Tidak Bersandarkan Bukti Konkrit dan Fakta Jelas. *Utusan Malaysia*, Ogos 22, 2005.

Selye, H. (1976). *The Stress of Life*. Edisi Kedua. New York: McGraw-Hill.

Siti Rohani Md. Sharif (1991). *Pengaruh Faktor-faktor Sekolah Ke Atas Tekanan Guru*. Universiti Malaya: Tesis Sarjana.

Smilansky, J. (1984). External and Internal Correlates of Teachers' Satisfaction and Willingness to Report Stress. *British Journal of Educational Psychology*. **54**: 84 – 92.

Spooner, M. J. (1984). *The Implications of The Stress Experience for Planning and Management in The Primary School*. University of Leicester: Tesis Sarjana.

Suradi Salim (1988). *Suara Pendidikan: Kesihatan Mental Guru*. Shah Alam: Persatuan Pendidikan Malaysia, Biro Teks, Institut Teknologi MARA.

Tan, Huat Chye (1996). *Occupational Stress Among National Type Chinese Primary School Teachers in Gombak District*. Universiti Malaya: Tesis Sarjana.

Tang, Tak On dan Yeung, Alexander Seeshing (1999). Hong Kong Teachers' Sources of Stress, Burnout, and Job Satisfaction. *International Conference on Teacher Education*. Februari 22 – 24. Hong Kong: Educational Resources Information Center, 1 – 22.

Teo Sok Kim (2006), *Stres Dalam Kalangan Guru-Guru Aliran Teknik Di Sekolah Menengah Teknik Negeri Johor, Melaka Dan Negeri Sembilan*. Universiti Teknologi Malaysia : Tesis Sarjana Muda.

Trendall, C. (1989). Stress in Teaching and Teacher Effectiveness: A Study of Teachers Across Mainstream and Special Education. *Educational Research*. **31 (1)**: 52 – 58.

Tuettemann, E. dan Punch, K. F. (1990). Stress Levels among Secondary School Teachers. *Educational Review*. **42 (1)**: 25-29.

Warr, P. dan Wall, T. (1975). *Work and Well Being*. Harmondsworth: Peguin.

Yaacob Bin Ismail (1985). *Peranan dan Masalah Kerjaya Guru-guru Sains Lulusan Diploma Sains Serta Pendidikan*, Universiti Teknologi Malaysia. Universiti Teknologi Malaysia: Tesis Sarjana.

Yates, J. E. (1979). *Managing Stress*. United States AMACOM: A Division of American Management Association.

Virginy Anak John Burung (2011), *Stres Di Kalangan Guru-guru Kemahiran Hidup Bersepadu Di sekolah Menengah Kebangsaan Di Daerah Kota Samarahan, Sarawak*. Universiti Teknologi Malaysia : Tesis Sarjana Muda

Zakiah Binti Arshad (2003). *Stres Kerja di Kalangan Guru-guru Sekolah Rendah: Satu Kajian di Zon Bandar, Kota Tinggi, Johor*. Universiti Teknologi Malaysia: Tesis Sarjana.